

# ***USV Koppl 1969***



***Vereins-***

***&***

***Nachwuchskonzept***

***Kleinkindförderung – U17 Junioren***

Dez. 2008 Abt. Nachwuchsfußball Ausgabe 1.1

## Inhaltsverzeichnis

<b>1. Grundsätzliches zum Nachwuchskonzept</b> .....	<b>5</b>
1.1 Ziele des Nachwuchskonzeptes .....	5
<b>2. Sozialerzieherische und sportliche Aufgaben</b> .....	<b>6</b>
<b>3. Sozialerzieherisches Konzept</b> .....	<b>7</b>
3.1 Ziele.....	7
3.2 Soziale Leitgedanken und Verhaltensregeln.....	7
3.3 Disziplin des Spielers.....	8
3.4 Umsetzung .....	8
<b>4. Eltern im Jugendkonzept</b> .....	<b>9</b>
4.1 Eltern als Trainer .....	9
4.2 Eltern als Betreuer .....	10
4.3 Übermotivierte Eltern .....	10
4.4 Elternabende / Infoabende .....	10
4.5 Freizeiten / Abschlussfeiern und Ähnliches .....	11
<b>5. Sportliches Konzept</b> .....	<b>12</b>
5.1 Ziel des sportlichen Konzeptes .....	12
5.2 Voraussetzungen .....	12
5.3 Wohl der Kinder und Jugendlichen .....	12
5.4 Wohl des Vereins .....	13
5.5 Umsetzung .....	13
<b>6. Allgemeines</b> .....	<b>13</b>
6.1 Frühentwickler – Spätentwickler.....	14
<b>7. Anforderungen an die Trainer und Betreuer</b> .....	<b>14</b>
7.1 Allgemeines .....	14
7.2 Anforderungen .....	15
<b>8. Leitlinien sportliches Nachwuchskonzept</b> .....	<b>16</b>
<b>9. Struktur der Jugendleitung</b> .....	<b>16</b>
9.1 Aufgabenbereich Nachwuchskoordinatoren.....	17
9.2 Graphische Darstellung Jugendfußball .....	17
9.3 Weiterbildung der Trainer und Betreuer .....	18
9.4 Spielerdatenbank.....	19
9.5 Die Leistungsüberprüfung „Testverfahren“ .....	19
9.6 Beobachtungskriterien zur Leistungsbeurteilung .....	20
9.7 Das Individualtraining, Talentförderung .....	21
9.8 Das Fußballcamp .....	21
<b>10. Die Kleinkindförderung</b> .....	<b>21</b>
<b>11. Einheitliche Spielauffassung</b> .....	<b>22</b>
11.1 Das ballorientierte Fußballspiel.....	22
11.2 Zusammenfassung / Leitsätze.....	22
11.3 Vorbemerkung zum ballorientierten Fußballspiel.....	22
11.3.1 Codewörter des ballorientierten Spieles.....	22

11.4 „Ballorientierte Raumdeckung“ (Zonendeckung).....	23
11.5 Das Ballgewinnspiel – Angriffsfußball ohne Ball .....	23
11.5.1 Kompaktheit.....	23
11.5.2 Verschieben .....	24
11.5.3 Die Spieler auf der ballentfernten Seite.....	25
11.5.4 Angriffsfußball ohne Ball – Pressing .....	25
11.5.4.1 Forechecking .....	26
11.5.4.2 Das Spiel gegen den Ball: Wann Pressing?.....	26
11.6 Das Spiel mit dem Ball.....	26
11.6.1 Wichtige Grundprinzipien.....	26
11.7 Fußballspiel anstatt Fußballkampf .....	27
11.8 Das bedeutet für die Trainer in der Praxis .....	27
<b>12. Das Spielsystem .....</b>	<b>27</b>
12.1 Das 1-4-4-2 System.....	28
12.1.1 2. Reihe im System (Abwehr).....	28
12.1.2 3. Reihe im System (Mittelfeld) .....	28
12.1.3 4. Reihe im System (Angriff) .....	29
12.1.4 Vorteile des 1-4-4-2 Systems.....	29
12.1.5 Nachteile des 1-4-4-2 Systems.....	29
12.1.6 Positionsnamen und Positionsmerkmale 11er Fußball .....	30
<b>13. Regelung des Trainings- und Spielbetriebs.....</b>	<b>34</b>
13.1 Sportliche Ausbildung .....	34
13.1.1 Hauptziel .....	34
13.1.2 Maximalziel .....	34
13.1.3 Minimalziel.....	34
13.1.4 Neben- und Fernziel .....	34
13.2 Langfristiger Leistungsaufbau.....	35
13.3 Die Grundausbildung (U7 – U9 Junioren) 5er + 7er Fußball.....	35
13.4 Das Grundlagentraining (U11 – U12 Junioren) 9er Fußball .....	36
13.5 Das Aufbautraining (U13 – U16 Junioren) 11er Fußball.....	36
13.6 Das Leistungstraining (U17 Junioren) 11er Fußball .....	37
<b>14. Allgemeine Erläuterung zum Training .....</b>	<b>38</b>
14.1 „STS – Methode“ (U7 – U9 Junioren).....	39
14.2 „Baustein – Methode“ (GAG – Methode), (Ab U11 Junioren) .....	39
14.3 Acht Regeln für eine effektive Trainingsgestaltung.....	40
<b>15. Detaillierte Entwicklungsziele U7 – U17 .....</b>	<b>41</b>
15.1 Altersgruppe U7 Junioren (Grundausbildung).....	41
15.1.1 Spiel- und Trainingsbetrieb .....	41
15.1.2 Ziele im Training .....	41
15.2 Altersgruppe U9 Junioren (Grundausbildung).....	42
15.2.1 Spiel- und Trainingsbetrieb .....	42
15.2.2 Ziele im Training .....	42
15.3 Altersgruppe U11 – U12 Junioren (Grundlagentraining).....	42
15.3.1 Spiel- und Trainingsbetrieb .....	42
15.3.2 Ziele im Training .....	42
15.4 Altersgruppe U13 Junioren (Aufbautraining) .....	43
15.4.1 Spiel- und Trainingsbetrieb .....	43
15.4.2 Ziele im Training .....	43

15.5 Altersgruppe U15 – U16 Junioren (Aufbautraining) .....	43
15.5.1 Spiel- und Trainingsbetrieb .....	43
15.5.2 Ziele im Training .....	43
15.6 Altersgruppe U17 Junioren (Leistungstraining) .....	44
15.6.1 Spiel- und Trainingsbetrieb .....	44
15.6.2 Ziele im Training .....	44
<b>16. Tormann / Torspieler .....</b>	<b>45</b>
16.1 Trainingskonzept .....	45
16.2 Anforderungsprofil des Tormanns .....	45
16.2.1 Schnelligkeits- und Schnellkraftanforderungen .....	45
16.2.2 Spezifische Technikanforderungen .....	46
16.2.3 Spezifische Taktikanforderungen.....	46
16.2.4 Konzentrationsfähigkeit .....	46
16.3 Leistungsmerkmale des Tormanns .....	46
16.3.1 Konstitution .....	46
16.3.2 Koordination.....	47
16.3.3 Technik .....	47
16.3.4 Kondition .....	47
16.3.5 Taktik.....	47
<b>17. Quellenangabe .....</b>	<b>48</b>

# 1. Grundsätzliches zum Nachwuchskonzept

Das USV Koppl 1969 Nachwuchskonzept basiert auf zwei Säulen.

## § Sozialerzieherische Aufgaben

Kindern Freude am Sport zu vermitteln, gleich mit welchem Leistungsniveau und Kindern zu sozialen, fairen und wettbewerb-orientieren Verhalten anleiten

## § Sportliches Konzept

Hochwertige fußballerische Ausbildung von Jugendspielern mit der Befähigung in einer möglichst hohen Spielklasse spielen zu können.

## 1.1 Ziele des Nachwuchskonzeptes

- § Das Nachwuchskonzept des USV Koppl1969 ist auf Langfristigkeit und Kontinuität angelegt.
- § Individuelle, qualitativ hochwertige Ausbildung von Jugendspielern. Dabei hat die Entwicklung der Einzelspieler und der Mannschaft Vorrang vor dem Gewinnen von Meisterschaften.
- § Heranführen von Jugendspielern an die eigenen Seniorenmannschaften, mit dem Ziel eine landesligareife 1. Seniorenmannschaft aus überwiegend eigenem Nachwuchs zu stellen.
- § Es sollen möglichst viele eigene Nachwuchsspieler an den Leistungsbereich herangeführt werden, um die sportliche Zukunft des USV Koppl langfristig zu sichern.
- § Ziel ist es zukünftig mindestens eine Mädchen bzw. Damenmannschaft zu stellen.
- § Sektionsübergreifende polysportive Kleinkindförderung
- § Im Vordergrund stehen der Spaß am Fußballspielen und damit auch die Chance, die Jugendlichen beim Fußball zu halten. Lust am Spiel soll unsere Devise sein.
- § Ziel muss es sein, attraktiven, offensiven Fußball zu lehren und dabei kreative Fußballspieler zu formen.
- § Unsere Funktionäre, Trainer und sonstige Mitarbeiter sind Vorbilder für die kleinen und großen Fußballer. Drogen, Gewalt und Rechtsextremismus haben auf dem Fußballplatz, den Sporthallen und in den Kabinen nichts zu suchen

***„Wir trainieren Ausbildungsorientiert,  
nicht Ergebnisorientiert“***

## **2. Sozialerzieherische und sportliche Aufgaben**

Die Vereine sind ein wichtiger Bestandteil in unserem gesellschaftlichen Leben. Das Vereinsleben, wie auch unsere Gesellschaft sind durch soziale Normen geregelt. Ohne diese sozialen Regelungen kann weder ein Verein noch eine Gesellschaft funktionieren.

Diese Normen und Regeln sind in einem Verein dieselben, wie im familiären, schulischen oder beruflichen Umfeld. Somit können gesellschaftliche Regeln und Normen im Vereinsleben eingeübt werden. Außerdem benötigt unsere Gesellschaft, genauso wie ein erfolgreicher Verein, Menschen mit Charakter und starker Persönlichkeit.

Leistungswille, Anstrengungs- und Hilfsbereitschaft, Rücksichtnahme, Durchsetzungsvermögen, Gewinnen und Verlieren können, Selbstvertrauen entwickeln, einen fairen, respektvollen und gewaltfreien Umgang miteinander, sind Beispiele für individuelle Charaktermerkmale und soziale Verhaltensweisen, die eine erfolgreiche Persönlichkeit in unserer Gesellschaft benötigt bzw. auszeichnet. Im Schul- und Berufsleben genauso, wie im Vereins- und Mannschaftssport.

In einer Fußballmannschaft wird bei jedem seiner Mitglieder seine individuelle sportliche Veranlagung und seine Persönlichkeit gefordert und gefördert. Gleichzeitig lernt der Nachwuchsspieler sportliche und soziale Verhaltensweisen, die er in seinem Team ständig umsetzen muss.

Im Fußballverein wird den jungen Menschen somit nicht nur das Fußballspielen beigebracht. Den Kindern und Jugendlichen werden im Vereinsleben auch Werte vermittelt. Verantwortlich für die Vermittlung von sportlichen Fertigkeiten, von sozialen und individuellen Verhaltensweisen sind die Trainer und Funktionäre des jeweiligen Vereins.

Wollen wir Verantwortliche des USV Koppl diese Chance nützen, neben unseren sportlichen auch unseren sozialerzieherischen Aufgaben gerecht zu werden, dann müssen wir in unserem Verein beide Aufgaben erkennen, sie ernst nehmen und sie so gut wie möglich erfüllen.

Ist dies der Fall, dann ist zur Umsetzung dieses „Doppelauftrags“ zuerst die gemeinsame Erarbeitung eines Konzepts notwendig.

**In diesem Papier werden Leitlinien und Verhaltensregeln festgeschrieben, an die sich alle Verantwortlichen der Fußball-(Jugend) Abteilung des Vereins zukünftig zu orientieren haben.**

Wie ein solches sozialerzieherisches und ein sportliches Konzept des USV Koppl 1969 aussehen könnten, wird im Anschluss skizziert.

## **3. Sozialerzieherisches Konzept**

### **3.1 Ziele**

Bei allen Mitgliedern den gegenseitigen Respekt stärken, das Teamdenken im Verein fördern und bei allen Spielern, Trainern und Betreuern ein „Wir“ Gefühl entwickeln.

### **3.2 Soziale Leitgedanken und Verhaltensregeln**

Wir schaffen ein Umfeld, ein Vereinsklima, in dem sich jeder wohl fühlt. Ob Kind, Jugendlicher oder Erwachsener, Spieler oder Mitarbeiter, jeder wird als Mensch akzeptiert und respektiert. Der Umgang untereinander ist respektvoll, offen, ehrlich, verlässlich und hilfsbereit. Konflikte und Auseinandersetzungen werden gewaltfrei gelöst. Wir gehen mit dem Eigentum des Vereins um, wie mit unserem eigenen.

#### **Weitere Beispiele für Leitgedanken und Verhaltensregeln**

- § Wir sind ein Team, gewinnen und verlieren gemeinsam.
- § Wir verhalten uns fair gegenüber Mitspieler Gegenspieler und Schiedsrichter.
- § Wir halten uns an die Fußballregeln.
- § Wir sprechen deutsch, bzw. wir bemühen uns im Trainings- und Spielbetrieb deutsch zu sprechen.
- § Wir benutzen keine Schimpfwörter
- § Insbesondere im Kinderfußball gilt: „Erlebnis kommt vor dem Ergebnis“
- § Wir wollen gewinnen, aber nicht auf Kosten von Spaß und Ausbildung jeden Spielers.
- § Keinen Alkohol, keine Zigaretten vor, während oder nach dem Trainings- und Spielbetrieb.
- § Wir sind umweltbewusst und entsorgen unseren Müll

### 3.3 Disziplin des Spielers

Das Spieler, egal welcher Altersstufe nicht immer brav den Anweisungen des Trainers folgen ist kein Problem der heutigen Zeit, dieses Problem gab es schon immer. Dennoch ist heute ein gesteigertes Selbstbewusstsein der Kinder und Jugendlichen feststellbar, sodass genauso selbstbewusste oder auch „starke“ Trainer erforderlich sind.

Trotzverhalten, Aggressivität, „den Kasperl spielen“ oder das Benutzen von „Kraftausdrücken“ ist oft nicht böse gemeint und gehört, entwicklungsbedingt, bei Kindern zum Ausloten ihrer Grenzen oder um Aufmerksamkeit zu gewinnen. Dem ist nur mit viel Geduld aber auch beherztem Einschreiten beizukommen. Kinder müssen lernen, wann bestimmte Grenzen im Training überschritten sind. Dazu gibt es verschiedene Erziehungsinstrumente. Zuerst folgt das Gespräch mit dem Kind, um auf das Fehlverhalten aufmerksam zu machen. Die nächste Stufe ist der temporäre Ausschluss vom Training oder Spiel. Als letzte Stufe sollte das Elterngespräch gesucht werden. Grundsätzlich darf sich der Trainer in keiner Situation aus der Ruhe bringen lassen. Außerdem müssen angedrohte Maßnahmen spätestens nach einer Verwarnung vollzogen werden. Bleiben Drohungen ohne Folgen, werden die Kinder ihre Grenzen nicht kennenlernen und das Training weiterhin stören.

**Bei „sozial unverbesserlichen“ Kindern und Jugendlichen hat der Trainer, nach Absprache mit der Jugendleitung, das Recht, das Kind bzw. den Jugendlichen vom Spiel- und Trainingsbetrieb auszuschließen.**

### 3.4 Umsetzung

Allen Jugendmannschaften und den Eltern der Fußballer des USV Koppl 1969 wird das Konzept vorgestellt. Das kann in einer Spielerversammlung, beim ersten Elternabend oder bei einer anderen Veranstaltung geschehen.

Das Konzept, die Leitlinien, Verhaltensregeln usw. werden allen zur Einsicht bereitgelegt. Teile aus dem Konzept werden in den Kabinen, Schaukasten ausgehängt und sind somit jederzeit für alle lesbar.

## 4. Eltern im Jugendkonzept

Eltern können für den Verein eine enorme Hilfe und Entlastung darstellen. Nicht selten hat sich über die Jugendarbeit ein kompetentes Elternteil für Vorstandsarbeit, Sponsoring, Eventmanagement oder ähnliche Aufgaben gefunden oder einfach nur durch Beziehungen zu Dritten geholfen. Deshalb ist in der Jugendarbeit ein besonderes Augenmerk auf die Eltern zu legen. Die sportliche Führung der Kinder liegt jedoch in den Händen des Trainers (der Trainer). Deshalb erfolgen ausschließlich durch ihn sportliche Anweisungen. Die Eltern sind entsprechend hierüber vor Beginn der Spielrunden / Turniere zu informieren. Natürlich sind „Klatschen, Beifall, Anfeuern“ erwünscht!

### 4.1 Eltern als Trainer

Ausgebildete, lizenzierte Trainer am besten ohne familiäre Beziehung zu den Spielern sind der Wunsch jedes Fußballvereins der sich leider aus finanziellen Gründen bei kaum einem Amateurverein erfüllen lässt. Deshalb gehören Eltern zum festen Bestandteil des USV Koppl 1969 Jugendkonzept. Als Trainer kommen dabei sowohl Eltern in Frage, die eine fußballerische „Karriere“, in welcher Spielklasse auch immer nachweisen können, aber auch Quereinsteiger die Interesse an der Ausbildung von Kindern und Jugendlichen bzw. am Fußballsport haben.

**Alle Funktionäre und Trainer sind für die Akquisition von „Trainern“ verantwortlich.**

In der Regel geschieht dies durch:

- § Das eigenständige Anbieten von Personen die ein Traineramt übernehmen wollen.
- § Durch begeisterte Jugendarbeit Interesse bei den Eltern wecken, die dann bereit sind eine Jugendmannschaft zu übernehmen.
- § Durch gezieltes Werben der Funktionäre und Trainer

## 4.2 Eltern als Betreuer

Eltern sind als Betreuer eine wesentliche Hilfe für den/die Trainer und somit für den Verein. Das Training kann abwechselnder und differenzierter gestaltet, die Vorbereitungsarbeiten an Spieltagen oder Turnieren geteilt werden. Die optimale Versorgung einer Mannschaft besteht daher aus einem Trainer, einem Co-Trainer und einem Betreuer bzw. Elternteil. Die Aufgabenteilung und Zuständigkeitsbereiche sind individuell abzusprechen.

## 4.3 Übermotivierte Eltern

**Liebe Eltern, liebe Zuschauer, heute ist unser Tag!**

Wir trainieren mehrmals in der Woche mit großem Eifer und Einsatz, um dem Ziel, ein großer Fußballer zu werden, näher zu kommen. Gewinnen oder der Beste sein will jeder gern, auch wir. Doch das Wichtigste für uns ist das Spielen mit Freunden.

**Ja Bitte!**

Wir freuen uns, dass ihr auch heute wieder auf die Sportanlage gekommen seid, um uns anzufeuern und zu unterstützen.

**Nein Danke!**

Bitte schreit nicht ins Spiel, seid FAIR gegenüber dem GEGNER, seinen ZUSEHERN und dem SCHIEDSRICHTER! Reklamiert nicht nach jedem Fehler, denn es ist entmutigend und hilft nicht, es besser zu machen! WIR und das gesamte TEAM am Sportplatz versuchen unser Bestes zu geben, versucht es IHR auch!  
(ÖFB Rote Karte)

**Jeder Spieler bekommt seine Aufgabe vom Trainer und nicht von seinem Vater am Spielfeldrand!**

## 4.4 Elternabende / Infoabende

Es sind Elternabende abzuhalten. Hierbei ist auf die Trainerabreit (Trainings- Ausbildungskonzept) und die Mannschaft einzugehen. Natürlich bietet sich hier an, den Eltern das Nachwuchskonzept vorzustellen und eventuell auch in Schriftform zu überreichen.

#### **4.5 Freizeiten / Abschlussfeiern und Ähnliches**

Die Trainer sind angehalten, Abschlussfeier, Weihnachtsfeier usw. zu organisieren. Natürlich sind hier die Eltern aktiv mit einzubinden. Darüber hinaus können natürlich auch Freizeitveranstaltungen an Wochenenden durchgeführt werden. Diese Veranstaltungen stärken das Wir Gefühl und die Bindung an die Mannschaft und den Verein.

## **5. Sportliches Konzept**

### **5.1 Ziel des sportlichen Konzeptes**

Der Vorstand des USV Koppl, die Fußballabteilung und die Jugendleitung, jeder Trainer und jeder Betreuer des Vereins, sowie alle Angehörigen der Spieler verfolgen zwei Ziele.

- § Das Wohl des Vereins
- § Das Wohl der Kinder und Jugendlichen

Zur optimalen Verwirklichung dieser Ziele sind gewisse Voraussetzungen notwendig.

### **5.2 Voraussetzungen**

- § Das Konzept des Vereins ist langfristig angelegt.
- § Inhaltliche Veränderungen des Konzepts werden bei Bedarf angepasst.
- § Der Verein braucht für die Umsetzung eine entsprechende Anzahl von motivierten und qualifizierten Mitarbeitern die hinter dem Konzept stehen.
- § Der USV Koppl muss offen sein für mögliche Kooperationen mit anderen Vereinen.

### **5.3 Wohl der Kinder und Jugendlichen**

- § Das Wohl der Kinder und Jugendlichen ist an der andauernden Freude am Fußball und an ihren Lernfortschritten erkennbar.
- § Alle Spieler werden entsprechend ihrem Interesse und ihrer Veranlagung im Training und Spiel gefordert und gefördert.
- § Jedes Kind, das unserem Verein beitrifft und mit Fußballspielen beginnt, sollte in einem unserer Teams durchgängig Fußballspielen können.
- § Jeder Juniorenspieler, der aus den U17 Junioren heraus kommt, sollte in einer Erwachsenenmannschaft des Vereins Fußballspielen können.

## 5.4 Wohl des Vereins

- § Das Wohl des Vereins kann an der Anzahl seiner Mannschaften festgemacht werden. Ziel des USV Koppl ist es, in allen Altersklassen mit einer oder mehreren Mannschaften am Spielbetrieb des SFV teilzunehmen.
- § Im Erwachsenenbereich sollten mindestens 2 Mannschaften am Spielbetrieb, einer möglichst hohen Leistungsklasse, teilnehmen. Somit ist gewährleistet, dass jeder Jugendspieler im Anschluss an seine Jugendzeit bei den Erwachsenen bis hin zu den „Alten Herren“ weiter Fußballspielen kann.

## 5.5 Umsetzung

- § Regelung des Trainings- und Spielbetriebs.
- § Anforderungsprofil für jeden Juniorentrainer.
- § Einheitliche Spielauffassung von U7 – U17 Junioren.

## 6. Allgemeines

Die Trainer der verschiedenen Altersstufen wirken als Vorbild und haben großen Einfluss auf die Persönlichkeitsentwicklung. Zu allen Kindern sollte eine Beziehung aufgebaut werden, die vor allem nicht im Denken nach Meisterschaften bestimmt ist. Des Weiteren sind die Kinder als eigenständige Persönlichkeiten zu akzeptieren. Das heißt, dass ein Trainer Freund, Helfer und Förderer sein kann bzw. sein sollte. Die Juniorentrainer sollten deshalb auch die sozialen Werte vorleben also auch bei Niederlagen sollte gerade er Fairness zeigen. Er sollte sich körperlich fit halten und den Kindern seine eigene positive „Fußballverrücktheit“ zukommen lassen.

Es ist auch zu beachten, dass er als Trainer allen Kindern gleich große Aufmerksamkeit zukommen lässt. Schwächere Kinder sind nicht bloßzustellen. Immer positiv erklären und korrigieren, auch wenn etwas mehrmals falsch läuft oder misslingt.

Erstes und wichtigstes Ziel für einen ordentlichen Ablauf einer Trainingseinheit im unteren Bereich ist es einige Ordnungsregeln einzuüben, die dann bis zu den U17 Junioren gelebt werden. (Pünktlichkeit, Aufräumen der Umkleidekabine, Abmelden vom Training und Spiel, Helfen der Kinder beim Geräteaufbau und Geräteabbau, usw.). Es ist auch darauf zu achten, dass jedes

Training mit einer Begrüßung startet und mit einer Verabschiedung endet. Es wird angestrebt, dass die Trainer und Betreuer min. zwei bis max. vier Jahre die gleiche Mannschaft trainieren oder betreuen. Spätestens ist ein Wechsel von U11 zu U13 Junioren anzustreben. Ausnahmen in besonderen und begründeten Fällen sind der Jugendleitung vorbehalten.

## **6.1 Frühentwickler – Spätentwickler**

In allen Jahrgangsstufen sind die Kinder mit viel Geduld und Nachsicht zu fördern. Besonders in den unteren Jahrgangsstufen, also den fußballerischen Anfängern erfordert dies unter Umständen einer besonderen Anstrengung. Zu früher Leistungsdruck und zu frühes Hinarbeiten auf ergebnisorientiertes Spiel sind auf keinen Fall anzustreben. Idealerweise ist eine so große Anzahl von interessierten Kindern verfügbar, um eine leistungsgerechte Aufteilung der Mannschaften zu gewährleisten. Ob in Mannschaften mit hohem Leistungsgefälle oder in Mannschaften mit ausgeglichenem Spielerkader, es sind immer alle Kinder leistungsgerecht zu fördern und zu fordern.

Auf die Trainingssteuerung bei akzelerierten bzw. retardierten Jugendlichen ist besonders zu achten.

Es darf ihnen auf keinen Fall der Spaß am Fußballsport genommen werden.

## **7. Anforderungen an die Trainer und Betreuer**

### **7.1 Allgemeines**

In der Zieldefinition des Vereins ist die Ausbildung zu fußballerisch, aber auch charakterlich starken Kindern und Jugendlichen verankert. Dies erfordert auch starke Persönlichkeiten als Trainer. Dabei kann sowohl der soziale als auch der sportliche Umgang mit Kindern gelernt werden, falls sich interessierte für eine Traineraufgabe nicht geeignet halten. Genauso wie der Trainer die Kinder ausbilden soll, muss er zu einer permanenten Weiterbildung seiner eigenen sportlichen und didaktischen Fähigkeiten bereit sein. Diese Herausforderungen bringen letztlich auch dem Trainer Erfolgserlebnisse, aber vermitteln auch Fähigkeiten, die er ohne Beteiligung an der aktiven Jugendarbeit nicht erfahren hätte.

## 7.2 Anforderungen

- § Lebt mit seinem Verein und identifiziert sich mit dessen Zielen
- § Lebt das Jugendkonzept
- § Repräsentiert seinen Verein nach innen und außen vorbildlich
- § Ist höflich, freundlich, diszipliniert, pünktlich und ordentlich
- § Achtet das Fair-Play, vor allem auch gegenüber Gegner und Schiedsrichter
- § Ist teamfähig und kooperativ
- § Fördert den Teamgeist
- § Arbeitet mit der Jugendleitung, dem Nachwuchskoordinator sowie den anderen Juniorentrainern konstruktiv im Interesse der Spieler des Vereins zusammen
- § Hält insbesondere zu dem Nachwuchskoordinator und den Trainern unter und über seinem Team regen Kontakt und tauscht sich regelmäßig aus
- § Ist Vorbild und hat ein offenes Verhältnis zu den Spielern in seiner Mannschaft
- § Fördert und fordert jeden seiner Spieler und ist motiviert, auf diesem Weg seine Spieler und sein Team sportlich weiter zu entwickeln
- § Versucht alle Spieler in den Spielbetrieb zu integrieren, wenn nötig mit zusätzlichen Trainings oder Freundschaftsspielen
- § Ist offen und lernbereit gegenüber der Spielauffassung des „Ballorientierten Spieles“
- § Ist interessiert an seiner Weiterbildung und nimmt wenn möglich regelmäßig an Fortbildungen teil
- § Nimmt an Trainersitzungen teil
- § Bei Verhinderung organisiert er rechtzeitig eine Vertretung
- § Kein Spiel oder Training fällt aus
- § Führt zusammen mit seinem Co bzw. Betreuer Elternabende / Infoabende durch.
- § Ist Ansprechpartner für die Eltern
- § Bereitet sich sorgfältig auf jedes Training vor damit ein abwechslungsreiches und altersgerechtes Training durchgeführt werden kann
- § Führt eine Trainings- und Spielerliste
- § Ist bestrebt, objektiv und gerecht gegenüber seinen Spielern zu sein
- § Ist verantwortlich für einen reibungslosen Trainings- und Spielbetrieb seines Teams

## 8. Leitlinien sportliches Nachwuchskonzept

- § Ziel ist es, das jede Mannschaft von einem Trainerteam trainiert und betreut wird. (Trainer, Co-Trainer, Betreuer)
- § Die jeweiligen Trainer arbeiten eng zusammen und sprechen ständig Trainingspläne sowie mögliche Spielerwechsel miteinander ab
- § Die Teams sind durchlässig, d.h. Spielerwechsel von einem Team zum anderen im Training und/oder im Spiel sind möglich und oft aus sportlichen oder pädagogischen Gründen sinnvoll
- § Die Mannschaften bis zu den U11 Junioren werden möglichst nach Jahrgängen getrennt
- § Die Teams ab den U15 Junioren werden von den Trainern, vom jeweiligen Alter der Spieler unabhängig, nach Leistung aufgestellt
- § Die Tormänner werden ab den U11 Junioren möglichst von einem Tormanntrainer nach Rücksprache mit dem Nachwuchskoordinator und dem zuständigen Trainerteam zusätzlich trainiert.
- § Zur optimalen Förderung eines Spielers kann es sinnvoll sein, ihn in einer höheren Altersstufe einzusetzen
- § Wenn sich die Trainer mit dem Nachwuchskoordinator im Einzelfall nicht einigen können, welcher Spieler wo spielt, dann entscheidet die Jugendleitung

## 9. Struktur der Jugendleitung

Beim USV Koppl ist eine Struktur des Jugendfußballs eingeführt.

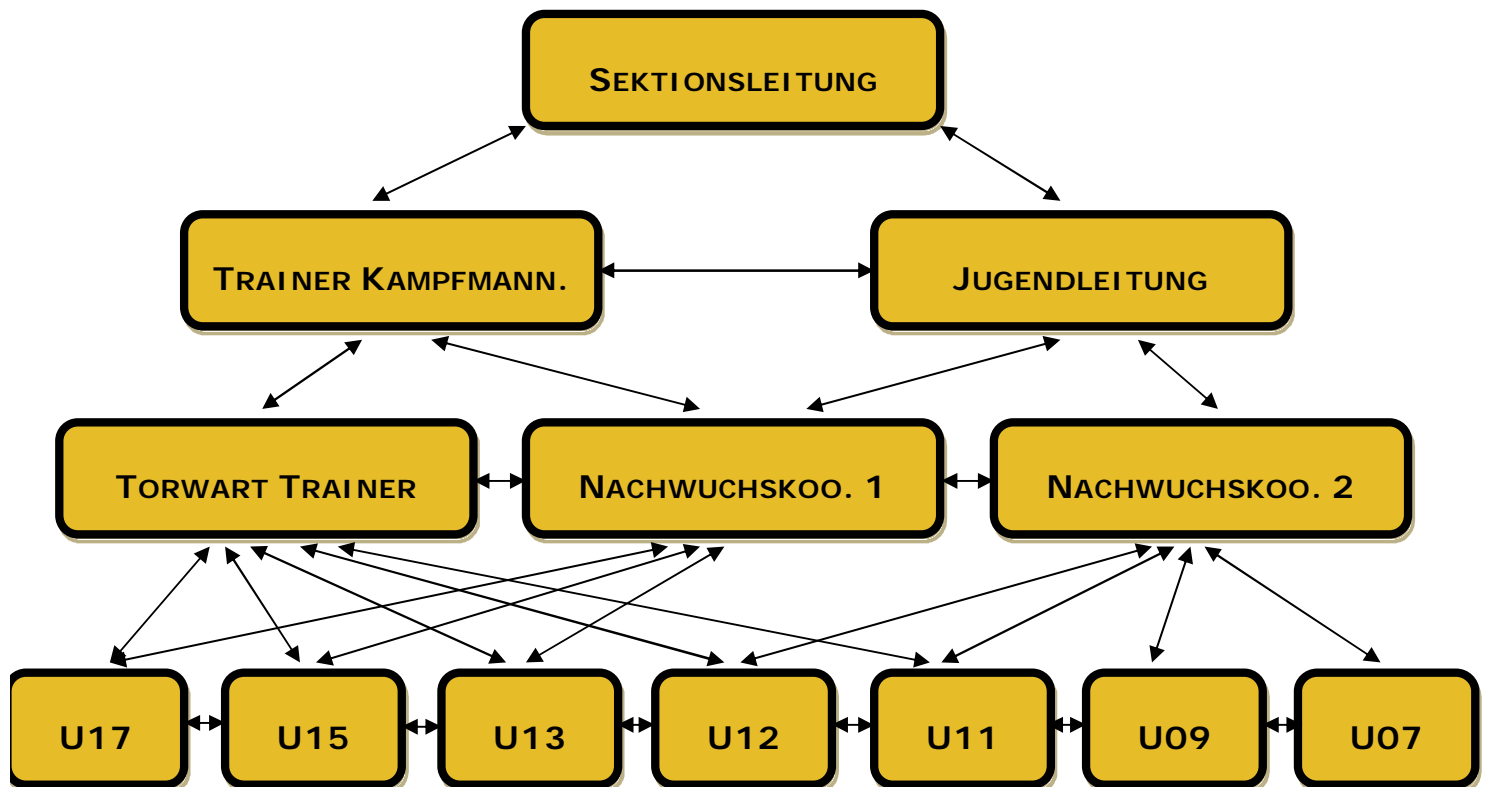
- § Eine enge Verbindung zwischen Jugendleitung  
Nachwuchskoordinator U7 – U12 -> Trainer U7 – 12 ->  
Sektionsleitung -> Tormanntrainer
- § Eine enge Verbindung zwischen Jugendleitung ->  
Nachwuchskoordinator U13 – U17 -> Trainer U13 – U17 ->  
Sektionsleitung -> Trainer Kampfmannschaft ->  
Tormanntrainer

Die Nachwuchskoordinatoren stehen im ständigen Kontakt zu den zugeordneten Trainern und deren Mannschaften und führen in Anwesenheit der Jugendleitung regelmäßige Fachsitzungen durch.

## 9.1 Aufgabenbereich Nachwuchskoordinatoren

- § Sportliche Verantwortung für seinen Jugendbereich
- § Ausarbeitung von Trainingsplänen
- § Steuerung der Zielsetzung
- § Überwachung der Trainingsmethodik
- § Ausarbeitung und Durchführung von Leistungsüberprüfungen
- § Spielerdatenbank (U13 – U17)
- § Planung und Durchführung von Fachsitzungen
- § Planung und Durchführung von internen Fortbildungen
- § Ansprechpartner für Fachfragen
- § Ansprechpartner für Kampfmannschaftstrainer
- § Ansprechpartner für Eltern (Infoabende)
- § Weiterentwicklung des Nachwuchskonzeptes
- § Spielersichtung
- § Individualtraining
- § Bindeglied zwischen Trainern und Funktionären

## 9.2 Graphische Darstellung Jugendfußball



### 9.3 Weiterbildung der Trainer und Betreuer

Zur Umsetzung der Ziele des Jugendkonzeptes ist ein fachlich gut ausgebildetes Trainerpersonal erforderlich. Als Weiterbildungsmaßnahmen sind der Nachwuchsbetreuerlehrgang des SFV, sowie interne Ausbildungsmaßnahmen des Vereins, anzustreben.

#### Interne Fortbildungsmaßnahmen

- § Die Nachwuchskordinatoren bieten 2-mal jährlich eine interne Schulung in Theorie und Praxis an.  
Themenschwerpunkte nach Bedarf. (verpflichtende Teilnahme)
- § Der Jugendleiter organisiert 4-mal jährlich Trainerfachsitzungen. (verpflichtende Teilnahme)
- § Unser Physiotherapeut veranstaltet 1-mal jährlich eine Vorlesung z.B. über: Ernährung, Bewegungslehre, Erste Hilfe, Spez. Trainingslehre, Schnelligkeitstraining, Ausdauer,...
- § Interne Weiterbildungsmaßnahmen durch externe Spezialisten

## 9.4 Spielerdatenbank

Die Jugendspielerdatenbank soll die wichtigsten sportlichen und sozialen Entwicklungsdaten eines Spielers beim USV Koppl 1969 enthalten. Angestrebt wird, Jugendspieler ab den U13 Junioren in einem einheitlichen Spielerbogen zu führen.

Der Spielerbogen sollte folgende Elemente beinhalten

Technik	Taktik	Ko./Koo.	Persönlichkeit
Dribbling	1 vs. 1 Off.	Ausdauer	Willensstärke
Tricks	Spielintelligenz	Schnelligkeit	Teamfähigkeit
Ballkontrolle	1 vs. 1 Def.	Handlungssch.	Selbstvertrauen
Zuspiel			Konzentration
Torschuss			
Kopfball			
Beidfüßigkeit			

## 9.5 Die Leistungsüberprüfung „Testverfahren“

Die Beurteilung des Entwicklungsstandes geschieht im Fußball in der Regel durch subjektive Beobachtung. Um Schwächen bei der Ausbildung, sowohl bei den Jugendlichen als auch beim Trainerpersonal besser zu erkennen, ist man geneigt objektive Verfahren einzusetzen. Der Leistungstest ist derzeit in Arbeit und wird bei Fertigstellung in das Nachwuchskonzept integriert.

Für eine Beobachtung zur Beurteilung der Leistung eines Spielers und seiner Fähigkeiten müssen Kriterien definiert und als einzelne Spielhandlungen präzise beschrieben werden, die

- § Allgemein als entscheidende Faktoren des guten Spiels anerkannt sind
- § Über Altersstufen hinweg vergleichbar sind und
- § Sich im Detail auch unter unterschiedlichen situativen Spielbedingungen (z.B. Leistungen der Gegner und der eigenen Mitspieler) beobachten und erkennen lassen.

## 9.6 Beobachtungskriterien zur Leistungsbeurteilung

Fähigkeitsbereich	Aspekt	Handlungsform
Körperliche (physische) Fähigkeiten	Schnelligkeit	Schneller Antritt; Laufgeschwindigkeit Überdurchschnittliches Bewegungsgeschick bei plötzlichen Bewegungsänderungen und im Umgang mit dem Ball; Schnelligkeit in Reaktion und Anpassungsfähigkeit bei plötzlichen Situationsänderungen
	Koordination	
Technische Fähigkeiten	Dribbling	Kein erkennbar störender Einfluss des Balles auf die natürlichen Laufbeweg.; Blick häufig vom Ball hoch auf die Spielumgebung; Kein erkennbarer Zeitverlust bis zur Folgehandlung; Mit erster Ballberührung bereits Schritt in geplante und vorab erkannte erfolgreiche Bewegungsrichtung; Präzision des Abspiels;
	Ballkontrolle	
	Passen	
Taktische Fähigkeiten	Vorausschau	Handlungsziele, die ein oder mehrere Spielzüge vorausgeplant sind Unterschiedliche schnelle Situationslösungen ohne verzögernden Impuls Auch ohne Ball ständig mitspielen wollen (Anbieten, Pässe fordern) Sprechen im Spiel: organisieren, Mitspieler helfen; Zielstrebig und torgefährlich handeln; Schnelles Umschalten von Angriff auf Abwehr und umgekehrt; Bezug zum Gegner; täuschen sich vom Gegner lösen; Zweikampf ohne Ball geplant eingehen.
	Kreativität	
	Spielfähigkeit	
	Spielverständnis	
Psychische Fähigkeiten und Eigenschaften	Selbstvertrauen	Schnelle Umsetzung von Misserfolgen, Pech und Kritik in verstärktes Engagement; Torschüsse, Alleingänge, Zweikämpfe
	Risikobereitschaft	
Soziale Fähigkeiten	Verantwortungsbewusstsein	Nachsetzen bei Ballverlust, Anfeuern und Aufmuntern, Einsatz für Mitspieler

Soziale Fähigkeiten	Integrationsvermögen Selbstkritik	Mannschaftsdienliches Spielverhalten (keine Selbstdarstellung) kein Reklamieren bei Misserfolgen; Akzeptieren der Fehler von Mitspielern; Anerkennen von Erfolgen und Leistungen des Gegners.
---------------------	--------------------------------------	---

## 9.7 Das Individualtraining, Talentförderung

Talente sind Kinder, die innerhalb ihrer Jahrgangsstufe durch überdurchschnittliches fußballerisches Können und/oder durch besondere physische Leistungsfähigkeit herausragen. Den jeweils Jahrgangsbesten und den Tormännern ist vereinsintern ein Individualtraining außerhalb der Regeltrainingszeit anzubieten. Angestrebt wird eine zusätzliche Trainingseinheit von 1 Stunde pro Woche. Das Fördertraining kann auch in der Teilnahme am Training der nächst höheren Jahrgangsstufe bestehen. Die Kinder bzw. Jugendliche sind in Praxis und Theorie zu unterrichten. Bei der Talentförderung sind unbedingt die Eltern als Partner einzubinden. Das Individualtraining startet ab den U11 Junioren. Verantwortlich für die Durchführung sind der jeweilige Trainer und der zuständige Nachwuchskoordinator.

## 9.8 Das Fußballcamp

Es wird angestrebt den Kindern und Jugendlichen des USV Koppl eine Spiel-, Spaß-, Fußballwoche in den Sommerferien (Fußball freie Zeit) anzubieten. Das Fußballcamp soll den Kindern und Jugendlichen eine zeitgemäße Ausbildung bieten, die üblicherweise im Rahmen des Vereinstrainings unter anderem aus Zeitgründen nicht geboten werden kann. Das Fußballcamp soll das Sport- und Freizeitangebot des USV Koppl 1969 abrunden. Eine Zusammenarbeit mit den restlichen Sektionen des USV Koppl wäre wünschenswert.

## 10. Die Kleinkindförderung

Bei den Allerjüngsten, den 3 bis 5 Jährigen soll bereits die Grundlage für die spätere fußballerische Ausbildung gelegt werden, allerdings nicht fußballspezifisch. Es wird eine polysportive Ausbildung angeboten. Ziel ist es die koordinativen Fähigkeiten zu verbessern bzw. weiter zu entwickeln. Den Kindern soll 2-mal wöchentlich eine Spielstunde angeboten werden.

## 11. Einheitliche Spielauffassung

### 11.1 Das ballorientierte Fußballspiel

Das ballorientierte Spiel bezeichnet eine moderne Spielauffassung, in der das Tore schießen und somit der Ball, immer im Mittelpunkt des Fußballspiels steht. Dabei zeigt jeder Spieler ständig Angriffsbereitschaft und spielt Angriffsfußball bei eigenem und bei gegnerischem Ballbesitz.

**Alle Spieler spielen immer Angriffsfußball mit und ohne Ball!**

### 11.2 Zusammenfassung / Leitsätze

- § Ständige Angriffsbereitschaft der Mannschaft
- § Angriffsspiel nach Ballgewinn
- § Ballgewinnspiel
- § Ziel: Tore schießen!!!

### 11.3 Vorbemerkung zum ballorientierten Fußballspiel

Den gegnerischen Ballbesitzer anzugreifen ist das natürliche und ursprüngliche Spielverhalten, um den Ball wieder zurückzugewinnen. Diese ballorientierte Angriffsbereitschaft sieht man im Kinderfußball auf den „Bolzplätzen“ bei den U7 – U11 Spielern, sofern der Trainer die jungen Fußballer tatsächlich ballorientiert spielen lässt und sich nicht immer noch weit verbreitet –mann, -gegner und positionsorientiert ein- und aufstellt. Damit die jungen Spieler ihre natürliche Angriffslust nicht nur ungehindert ausleben dürfen, sondern in ihr auch noch bestärkt werden, ist es für Trainer und Spieler gleichermaßen notwendig, in derselben Sprache zu sprechen. Eine Sprache, deren Bezeichnungen und Begriffe aus der neuen, der ballorientierten Spielauffassung stammen müssen, damit genau das beschrieben und gemeint wird, was das ballorientierte Spiel auch ausmacht.

#### 11.3.1 Codewörter des ballorientierten Spieles

- § „Position“ (alle Spieler agieren aus ihrer Grundordnung)
- § „Schieben“ (Richtung Ball orientieren, rüber, vor)
- § „Druck“ (Ballbesitzer mit mehreren Spielern attackieren)
- § „Stellen“ (Die Vorwärtsbewegung zum Ball abbrechen und in die Grundordnung zurückkehren, hebt das Kommando Druck auf, die Abwehr formiert sich)
- § „Raum schaffen“ (weggehen, Freilauffinte für Mitspieler, Übersicht bewahren, beide Spielfeldseiten sehen, freie Räume und Mitspieler sehen und ausnützen)

- § „in die Tiefe“ (der erste Blick in die Spitze/Tiefe)
- § „zirkulieren“ (den Ball schnell abspielen, zirkulieren lassen)
- § „Seitenwechsel“ (schnelle Spielverlagerung von der ballnahen auf die ballentfernte Seite)

#### 11.4 „Ballorientierte Raumdeckung“ (Zonendeckung)

Das Defensivverhalten im modernen Fußball basiert auf dem System der Raumdeckung und dem ballorientierten Verschieben. D.h. Spieler haben keine festen Gegenspieler sondern "decken den Raum" und die verteidigende Mannschaft versucht, den Raum in Ballnähe möglichst eng zu machen und Überzahl zu schaffen. So werden Fehler des Gegners provoziert und eigene Ballgewinne ermöglicht. Durch das ballorientierte Verschieben im Raum wird die Abwehrarbeit auf die gesamte Mannschaft verteilt. Dies erfordert eine hohe Laufbereitschaft.

Die ballorientierte Raumdeckung ermöglicht eine aggressive Vorwärtsverteidigung. Man kann stets Dominanz ausüben, obwohl der Gegner den Ball hat. Dabei ist die Balleroberung immer Sache des gesamten Teams, nicht die eines Einzelspielers: „**ALLE – IMMER – KOMPAKT!**“ Die Spielfläche wird verkleinert durch gesamtmannschaftliches Verschieben zum Ball in Querrichtung. Die jeweils Ballentfernten Spieler rücken bis zur gedachten Längsmittellinie ein. In Längsrichtung wird mit Zuhilfenahme der Abseitsregel gearbeitet. Ziel ist es, in Ballnähe Überzahl zu erzeugen und Passwege zu schließen. Jeder Spieler bewegt sich zum Ball hin, jeder einzelne Laufweg hat eine Komponente zum Ball.

#### 11.5 Das Ballgewinnspiel – Angriffsfußball ohne Ball

Beim Angriffsfußball ohne Ball helfen nach Ballverlust immer alle Spieler mit, den gegnerischen Ballbesitzer gemeinsam, organisiert und gleichzeitig in Überzahl anzugreifen, mit dem Ziel, den Ball zu gewinnen um Tore zu schießen.

##### 11.5.1 Kompaktheit

(Verkürzen und Verengen des Spielraumes)

Für das ballorientierte Spiel bei eigenem und gegnerischem Ballbesitz ist eine gute Organisation der Mannschaft auf dem Platz eine sehr wichtige Voraussetzung. Dazu gehört eine Grundordnung, in der die Spieler symmetrisch und ausgewogen in der Länge und der Breite auf dem Spielfeld verteilt sind. Das System einer Mannschaft ist beim Anstoß zum Spielbeginn am besten zu

erkennen. Insbesondere bei jenem Team, das nicht Anstoß hat, steht jeder Spieler in der Regel auf der Position, aus der heraus er spielt, wenn der Gegner den Ball hat. Man sieht deutlich, welche Mitspieler er vor, neben oder hinter sich hat und welche Abstände die Spieler zueinander einnehmen. Bei gegnerischem Ballbesitz beträgt der Abstand zwischen den Spielern und zwischen den Reihen (ausgenommen Abstand zwischen 1. Und 2. Reihe) maximal ca. 15 Meter. Die Entfernung der Feldspieler in der Länge zwischen 2. Und 4. Reihe ist dann max. 30 Meter. In der Breite, zwischen den jeweiligen äußersten Spielern auf der rechten bzw. linken Seite, beträgt der Abstand max. ca. 40 Meter. Somit wird der Spielraum in der Länge – auch mit Hilfe der Abseitsregel – verkürzt und in der Breite verengt. (Zentrum geschlossen) Aufgrund dieser kurzen Wege können sich die Spieler beim Angriffsfußball ohne und mit Ball gegenseitig gut helfen und unterstützen. Die ballorientiert spielende Mannschaft sorgt durch ihre Kompaktheit – kurz und eng gestaffelt – für kurze Wege zum Ball und Mitspieler. Diese Kompaktheit ist eine notwendige Voraussetzung dafür, dass durch Verschieben zum Ball, Überzahl am Ball erreicht werden kann.

#### 11.5.2 Verschieben

(Laufwege richten sich nach Ball, Mit- und Gegenspieler)  
In diesem kompakten, also kurz und eng gestaffelten Mannschaftsverband orientieren sich alle 11 Spieler ständig am Ball, schieben zu ihm hin, haben den Ball im Auge, gehen den Ballweg mit und achten auf ihre Abstände untereinander, um sich gegenseitig zu sichern und zu unterstützen. Spielt der gegnerische Ballbesitzer den Ball zu einem seiner Mitspieler ab, dann verschieben alle Spieler kompakt, gleichzeitig und gemeinsam in Richtung des neuen Ballbesitzers. Die Laufwege der Spieler auf jeder Position richten sich wieder nach dem jeweiligen Ort des Balles, nach den Positionen der Mitspieler (Abstände!) und nach denen der Gegenspieler. Die hinteren Spieler in der 2. Reihe schauen zum Ball und zu ihren vorderen Mitspielern in der 3. Und 4. Reihe, schieben nach, um sie im Rücken zu sichern, den Spielraum des Gegners weiter zu verdichten, Pässe abzufangen und Überzahl am Ball zu schaffen. Bis auf „Überzahl“ schaffen gelten die Aufgaben der hinteren Reihe auch für den Tormann der ersten Reihe: ständige Mitspielbereitschaft, zum Ball schauen, nachschieben, die 2. Reihe sichern und Pässe abfangen. Entsprechend verhalten sich die Mittelfeldspieler in der 3. Reihe und die vordersten Spieler der 4. Reihe: Ständige Mitspiel- und Angriffsbereitschaft, verschieben zum

Ball, weiteres verdichten des Spielraumes, Passwege schließen und zusammen mit den hinteren Spielern Überzahl in Ballnähe erzeugen. Ziel des Verschiebens ist es, in Ballnähe mehr Spieler zu haben als der Gegner und damit eine starke Seite zu schaffen. Ballnah in Überzahl, bedeutet zwangsläufig, ballentfernt in Unterzahl zu sein und damit eine schwache Seite zu erzeugen.

### **11.5.3 Die Spieler auf der ballentfernten Seite**

Die ballentfernten Spieler behalten ständig den Ball, Mit- und Gegenspieler im Auge und Rücken zum Zentrum hinein. Sie passen einerseits auf, dass das Zentrum immer mindestens in Gleichzahl besetzt ist und andererseits achten sie auf ihren Abstand zu den Gegenspielern auf der schwachen Seite. Je stärker der gegnerische Ballbesitzer unter Druck gerät, je größer die Entfernung der Gegenspieler vom Ball ist, desto weiter können sie in Richtung Zentrum einrücken. Die Gegenspieler auf der ballentfernten Seite können dem eigenem Tor nicht gefährlich werden, weil sie vom Ball zu weit entfernt stehen und deswegen nur sehr schwer angespielt werden können. Zum einen ist der gegnerische Ballbesitzer (angesichts des zunehmenden Drucks) kaum in der Lage, einen genauen, langen, risikoreichen, weil technisch anspruchsvollen Diagonalpass auf die andere Seite zu schlagen, zum anderen ist ein weiter Pass über ca. 45 Meter relativ lange Zeit in der Luft. Während dieser Flugzeit des Balles verschieben die eingerückten Spieler auf die schwache Seite und machen diese stark. Die Spieler auf der jetzt ballentfernten Seite schieben ins Zentrum, versuchen so schnell wie möglich hinter den Ball zu kommen, sichern und unterstützen ihre Mitspieler auf der neuen Ballseite und schaffen die Voraussetzungen, den gegnerischen Ballbesitzer anzugreifen, zu pressen.

### **11.5.4 Angriffsfußball ohne Ball - Pressing (In Überzahl den Ball gewinnen)**

Die Voraussetzungen und Bedingungen, um Angriffsfußball bei gegnerischem Ballbesitz zu spielen, sind gegeben: Gut organisiert und kompakter Mannschaftsverband mit angriffsbereiten Spielern der zum Ball hin ausgerichtet ist und Überzahl am Ball. Jetzt gilt es den Ball gewinnen. Die Überzahlsituation wird genützt, durch aggressives angreifen des Ballbesitzers mit mehreren Spielern und schließen der Passwege.

#### 11.5.4.1 Forechecking

(Angriffsfußball ohne Ball am gegnerischen Strafraum)

Beim Forechecking wird der gegnerische Ballführer so früh wie möglich angegriffen. Bereits am gegnerischen Strafraum wird der Ball(besitzer) gepresst, um nach Ballgewinn auf kürzestem Weg das gegnerische Tor anzugreifen, um Tore zu erzielen.

#### 11.5.4.2 Das Spiel gegen den Ball: Wann Pressing?

Nicht nur mit dem Eindringen des Gegners in die jeweiligen Pressingzone beginnt die Balljagd. Es gibt mehrere Signale, die sofortiges Pressing auslösen. Wenn die Mannschaft kompakt und mit möglichst vielen (allen) Spielern hinter dem Ball steht und der Gegner durch folgende Fehler die Gelegenheit zum Ballgewinn gibt, soll sie sofort attackieren:

- § Der Gegner spielt unnötige Querpässe
- § Der Gegner fällt auf unser „Angebot“ herein
- § Ein Gegner kann den Ball nicht kontrollieren, wird zu scharf angespielt
- § Ein Gegner muss einem Fehlpass hinterherlaufen
- § Ein Gegner dribbelt unnötig
- § Wir gehen auf den 2. Ball
- § Der Gegner hat Einwurf

### 11.6 Das Spiel mit dem Ball

#### 11.6.1 Wichtige Grundprinzipien

Das Spiel mit dem Ball setzt entsprechendes technisches Können voraus, ebenso wie individual- und gruppentaktische Basiselemente. Folgende übergeordnete mannschaftstaktische Prinzipien leiten das Angriffsspiel:

- § Der erste Blick bei Ballbesitz muss in die Spitze gehen. Ist der Steilpass möglich muss er gespielt werden.
- § Das Passspiel am Boden und die Vororientierung. Das einfache Spiel ist das geniale: wenig Kontakte, schnell, scharf und vor allem flach spielen!
- § Umschalten zum Steilspiel. Steil durch die Gegnerischen Reihen (Zonen) passen. Sich in den Lücken zeigen und durch die Fenster passen.
  - § Diagonal Passen -> vertikal Laufen
  - § Vertikal Passen -> Diagonal Laufen

- § Die Bedeutung des Flügelspiels. Das Flügelspiel muss variiert werden. Überzahlentwicklung am Flügel durch Kurzpassspiel.
- § Die Bedeutung der Seitenverlagerung. Ausgangspunkt ist der Pass auf die Außenbahn. Dadurch wird die gegnerische Abwehr auseinander gezogen, die Fenster werden größer, wodurch dann ein Durchbruch im Zentrum gelingen kann.
- § Torschusstraining – was fordert das Spiel wirklich?  
Torschusstraining sollte einen technischen und taktischen Anteil unter Gegnerdruck haben.

### 11.7 Fußballspiel anstatt Fußballkampf

Der Spielcharakter steht im Vordergrund, der Kampfcharakter im Hintergrund.

Jeder Spieler spielt mit ständiger Mitspiel- und Angriffsbereitschaft und stellt den Ball und das „Tore schießen“ in den Mittelpunkt seines Spiels.

### 11.8 Das bedeutet für die Trainer in der Praxis

Im Spiel gibt es für die Spieler keine Aufgabenteilung und keine (frühe) Spezialisierung. Alle Spieler erlernen im Training und Spiel das Ballgewinnspiel sowie das Angriffsspiel nach Ballgewinn. Jeder Spieler hat die Aufgabe Bälle zu „klauen“, Angriffe aufzubauen, Torchancen herauszuspielen und Tore zu schießen. Im Kinderfußball spielt deswegen jeder Spieler im Wechsel auf allen Positionen.

## 12. Das Spielsystem

Gespielt wird im 11er Fußball (U13 – U17 Junioren) grundsätzlich mit 4er Kette und das vorrangig in einem 1-4-4-2 entweder als Raute oder mit zwei zentralen Mittelfeldspielern.

1 - 4 - 4 - 2 (2 Zentrale)



(Abb.1)

1 - 4 - 4 - 2 (Raute)



(Abb.2)

## 12.1 Das 1-4-4-2 System

Das 1-4-4-2 System ist taktisch variabel von besonders defensiver bis hin zu sehr offensiver Auslegung umsetzbar. Die Mannschaftsteile sind ausgewogen, die Spieler sind symmetrisch auf dem Feld verteilt. Das bietet ideale Voraussetzungen für variables Angreifen und sicheres Verteidigen.

### 12.1.1 2. Reihe im System (Abwehr)

Die Verteidigung nutzt die Vorteile der Viererkette. Das zahlenmäßige Übergewicht im Vergleich zu den gegnerischen Spitzen, das gegenseitige Absichern, die Sicherung in der Spielfeldbreite sowie das variable Angreifen, indem mindestens einer der Verteidiger stets mit nach vorne stößt. Die Außenverteidiger sind lauffreudig, stark in frontalen offensiven 1 vs. 1 Situationen am Flügel und schlagen präzise Flanken oder ziehen nach innen und suchen den Abschluss. Die Innenverteidiger sind zweikampfstark und sorgen durch Dribblings, Passkombinationen und auch Abschlüsse im Zentrum für Gefahr.

### 12.1.2 3. Reihe im System (Mittelfeld)

Im Mittelfeld bestehen einige Variationsmöglichkeiten, so dass das 1-4-4-2 System problemlos auf die zur Verfügung stehenden Spielertypen anzupassen ist. In Abb.2 positioniert sich das Mittelfeld in Rautenformation. Ein torgefährlicher Spielmacher ist am weitesten nach vorne verschoben, gesichert von einem zweikampfstarken und im Spielaufbau sicheren defensiven Mittelfeldspieler als „6er“. Hat der Spielmacher besonders viele Freiheiten, übernehmen alle drei Mittelfeldkollegen für ihn die Sicherung nach hinten. Vor dem Tor sind dann vorwiegend der zentrale Spielmacher und die beiden Spitzen aktiv. Die beiden Flügelspieler stoßen im Zusammenspiel bzw. abwechselnd mit den Außenverteidigern am Flügel in den Rücken der Abwehr und geben auf die Spitzen herein. Bisweilen müssen sie für die in den Angriff eingebundenen Außenverteidiger sichern. Spielt das Mittelfeld wie die Abwehr mit einer Kettenformation (Abb.1), ist die Defensivarbeit leichter zu verrichten. Das Mittelfeld kann wie die Abwehrreihe verteidigen und zusätzlich nach vorne und hinten in der Tiefe doppelten. Um die Vorteile beider Formationen – Sicherheit mit der Kette und abgesicherter Spielmacher in der Raute – nutzen zu können, kombinieren viele Trainer. Bei gegnerischem Ballbesitz wird mit Kette gespielt, mit dem Ballgewinn schalten die Spieler sofort auf Raute um.

### 12.1.3 4.Reihe im System (Angriff)

Die beiden Stürmer stehen leicht versetzt zueinander, um gemeinsam kombinieren zu können. Der ballferne Angreifer ist weiter vorne postiert, um möglichst viel Tiefe zu schaffen. Die ballnahe Spitze steht als Anspielstation für Angriffskombinationen zur Verfügung. Lange Zuspiele kann der Passempfänger direkt in den Lauf seines Sturmpartners verlängern. Spielt eine Mannschaft sehr defensiv, müssen die Stürmer auch auf die Flügel ausweichen und Zuspiele in den Raum erlaufen. Beide agieren als Konterstürmer. Im offensiv eingestellten und spielstarken Team bleiben sie vorwiegend im Zentrum und halten die Flügel frei, damit die Außenspieler in die Freiräume stoßen können.

### 12.1.4 Vorteile des 1-4-4-2 Systems

Die Spieler auf den doppelt besetzten Außenbahnen sind bereits in der Grundordnung enger beieinander angeordnet. Das erleichtert das Zusammenspiel, macht die Offensivaktionen variabler und ermöglicht Überzahlspiel. Aufgrund der gleichmäßigen Verteilung der Akteure auf dem Spielfeld stehen Anspielstationen für das Kurzpassspiel zur Verfügung. Die ausgewogene Formation begünstigt zudem die koordinierte Abwehrarbeit. Das 1-4-4-2 System kann offensiv und defensiv ausgelegt werden.

### 12.1.5 Nachteile des 1-4-4-2 Systems

Verliert die aufgefächerte Mannschaft gegen einen schnell umschaltenden Gegner den Ball, ist das Zentrum häufig anfällig. Der anfällige Bereich in der Mitte vor dem Tor muss schnell geschlossen werden, um gefährliche Konter zu vermeiden.

#### Weiter Schwachpunkte:

- § Ball in den Rücken der Abwehr
- § Spiel durch die Nahtstellen
- § Spielverlagerung
- § Flügelspiel

## 12.1.6 Positionsnamen und Positionsmerkmale 11er Fußball

### Position 1 der Torwart, Reihe 1.

Ein Spielsystem ohne Libero erfordert einen spielenden Torwart mit folgenden Eigenschaften:

- § Er soll bei Ballbesitz mit den Spielern herausrücken
- § Lange Bälle über die Abwehr muss er annehmen können und durch gezielte Pässe oder präzise Abwürfe wieder ins Spiel bringen
- § Rückpässe von Mitspielern sollen nicht ziellos nach vorne geschlagen, sondern präzise zu einem Mitspieler gepasst werden.
- § Er gibt der Viererkette die nötige Ruhe und Sicherheit.
- § Durch einen geringen Abstand zu den Verteidigern ist er immer in der Lage, Pässe in die Tiefe abzulaufen und durchbrechende Stürmer am Abschluss zu hindern.

### Position 4 und 5 die Innenverteidiger, Reihe 2.

- § Der moderne Innenverteidiger muss sehr gut coachen und organisieren können.
- § Entscheidende Vorteile haben Spieler mit exzellentem Kopfballspiel.
- § Ohne Libero zu spielen, erfordert ein sehr gutes taktisches Verhalten im Zweikampf und im Stellungsspiel.
- § Er soll Spielsituationen vorausahnen und entsprechend handeln, z.B. beim Stellen der Abseitsfalle, beim Einschalten in das Angriffsspiel, beim Absichern des Mitspielers oder beim Dirigieren seiner Vorderleute und Mitspieler in der Viererkette

### Trainingsziele:

- § Spielen gezielter Pässe auf die Außenpositionen und die Positionen 6, 10
- § Ballannahme unter Druck
- § Einleiten des Angriffsspiels aus dem Zentrum
- § Bälle weit und gezielt heraus köpfen
- § Verbesserung des Zweikampfspiels in unterschiedlichen Spielsituationen.

## **Positionen 2 und 3 die Außenverteidiger, 2. Reihe**

- § Diese Spieler sind verantwortlich für die Spieleröffnung und den Spielaufbau.
- § Ein aggressives Zweikampfverhalten sowie eine sehr gute Schnelligkeit und Pässe mit hoher Präzision in die Tiefe sind Kriterien für einen Außenverteidiger.
- § Wichtig ist ein ausgeprägtes Offensivspiel mit Tempodribblings, Flankenläufen, Kurzpassspiel.
- § Je nach Spielsituation wechselt er mit den Positionen 7 bzw. 8.

### **Trainingsziele:**

- § Den Gegner aggressiv und regelkonform bekämpfen.
- § Verbesserung des individuellen Verhaltens in unterschiedlichen Situationen.
- § Bei Ballbesitz den Spielaufbau über den Flügel oder das Mittelfeld vorbereiten.
- § Schnelles Passspiel in die Tiefe.
- § Schulung des Zusammenspiels mit dem jeweiligen Partner (7 bzw. 8) auf der Außenposition.
- § Einschalten in den Angriff.

## **Position 6 der defensiver Mittelfeldspieler, 3. Reihe**

- § Sehr gutes taktisches Gespür bei Ballbesitz des Gegners
- § Als Bindeglied zwischen Verteidigung und Angriff beherrscht er das Wechselspiel mit 4 und 5.
- § Ihn zeichnet ein gutes Antizipationsvermögen aus.
- § Er übernimmt die Spielmacherrolle aus der zentralen Defensive und leitet das Offensivspiel ein.
- § Er verfügt zudem über ein sehr gutes Spielverständnis; Tempowechsel gehen häufig von ihm aus.
- § Er ist kopfballstark und nutzt jede Möglichkeit zum Torabschluss.
- § Als Führungsspieler übernimmt er Verantwortung für die Mannschaft.

### **Trainingsziele:**

- § Schneller Ballgewinn im zentralen Mittelfeld.
- § Wichtig ist ein aggressives Zweikampfverhalten
- § Schneller Spielaufbau über das zentrale Mittelfeld
- § Ständig anspielbereit sein

### **Position 10 der offensive Mittelfeldspieler, 3. Reihe**

- § Als „Spiellenker“ setzt er mittels seiner schnellen Auffassungsgabe Mitspieler immer wieder geschickt ein.
- § Kreativität und Torgefährlichkeit nicht nur bei Standard-situationen zeichnen ihn aus.
- § In der Defensive ist er für das Verengen der gegnerischen Spielräume verantwortlich.
- § Er besitzt eine hohe geistige Flexibilität in Defensive und Offensive.

#### **Trainingsziele:**

- § Schnelles Passspiel in die Spitze.
- § Verbesserung des Zusammenspiels mit den Angreifern
- § Schnelle Ballannahme der Zuspiele aus dem Rückraum
- § Selbst den Abschluss suchen
- § Verbesserung des Durchsetzungsvermögens
- § Selbstvertrauen in die eigenen Stärken.
- § Offensive, zielgerichtete Dribblings mit Abschlussaktion

### **Position 7 und 8 die äußeren Mittelfeldspieler, 3. Reihe**

- § Hohe Grundschnelligkeit
- § Mutige Tempodribblings
- § Gute Ballan- und mitnahme unter Gegnerdruck
- § Präzise Flanken
- § Zielstrebig im offensiven Zweikampf und im Torabschluss
- § Engagiertes Zweikampfverhalten in der Defensive.
- § Gutes taktisches Verhalten in der Tiefen- und Breitenstaffelung
- § Positionswechsel, um Räume für 2 und 3 zu schaffen

#### **Trainingsziele:**

- § Schulung des offensiven Zweikampfes am Flügel
- § Durchsetzungsvermögen auf engem Raum
- § Abschlussaktionen mittels Pass, Flanke oder Torschuss
- § Gezielte Flanken mit hohem Tempo mit und ohne Gegnerdruck auf den kurzen und langen Pfosten.

## Position 9 und 11 die Angreifer, 4. Reihe

- § Torgefährlich und mit dem Gespür für aussichtsreiche Gelegenheiten zum Torabschluss
- § Entscheidend ist der absolute Wille, zum Torerfolg zu kommen. Das setzt hohe Risikobereitschaft und Selbstvertrauen voraus.
- § Der Spieler muss sich auf engsten Räumen durchsetzen.
- § Stets anspielbereit für die Mitspieler im Rückraum sein
- § Unter Druck Zuspiele annehmen, um sich selbst oder Mitspieler in gute Positionen zu bringen.
- § Ohne Angst in Kopfballzweikämpfe gehen.
- § Er ist der erste Defensivspieler nach Ballverlust.

### Trainingsziele:

- § Schulung der Ballannahme und Ballsicherung
- § Schneller Torabschluss nach gewonnenem Zweikampf
- § Mitspieler im Rückraum einsetzen.
- § Durchsetzungsvermögen auf engen Räumen.

## 13. Regelung des Trainings- und Spielbetriebs

### 13.1 Sportliche Ausbildung

Das USV Koppl 1969 Nachwuchskonzept besteht darin, möglichst gut auszubilden und offensive Fußballspieler zu formen, und damit ein attraktives und interessantes Spiel gestalten zu können.

Attraktivität zeichnet sich in diesem Sinne durch technisch versierte, am Ball kreative sowie taktisch gut geschulte, offensiv denkende Spieler aus.

Spaß am Fußball entsteht in erster Linie durch Offensivaktionen, also durch Tore zumindest aber durch Torchancen. Das bedeutet, dass die Spieler befähigt werden sollen, sich Torchancen entweder durch individuelle Aktionen (1 vs. 1) oder durch kollektive Aktionen (Kombinationen) herauszuspielen.

Das Hauptaugenmerk soll also auf angriffsstarke Spieler gelegt werden, während sich das Defensivverhalten daraus ergibt.

Zentraler Bestandteil dieser Spielauffassung ist das „ballorientierte Spiel“.

#### 13.1.1 Hauptziel

Die Kinder und Jugendlichen sollen ihrem Talent, sowie nach dem Nachwuchskonzept entsprechend, sportlich und außersportlich gut ausgebildet werden.

#### 13.1.2 Maximalziel

Besonders talentierte Kinder und Jugendliche sollen für den Aktivenfußball ausgebildet werden. Hierzu sind ausgebildete und geeignete Trainer in notwendiger Anzahl erforderlich.

#### 13.1.3 Minimalziel

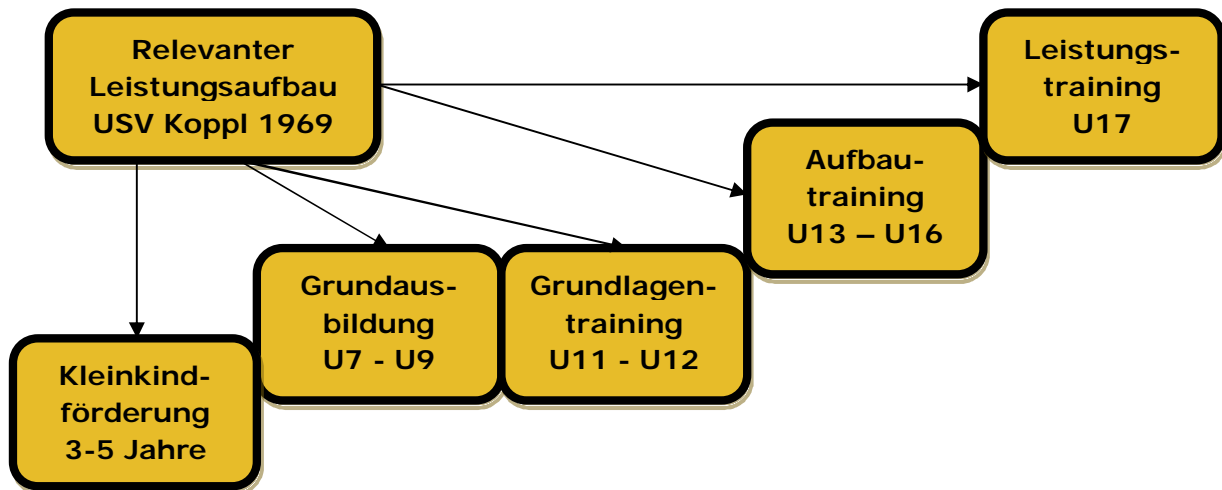
Es sollen möglichst viele Kinder und Jugendliche für den Fußball begeistert werden.

#### 13.1.4 Neben- und Fernziel

Die Spieler sollen somit für den Fußball gewonnen werden und ihm erhalten bleiben, wenn nicht als Leistungsfußballer, dann zumindest als Hobbyfußballer bzw. aktiver Helfer, d.h. als Trainer, Betreuer, Schiedsrichter, Organisator oder einfach als Mitglied beim Verein.

### 13.2 Langfristiger Leistungsaufbau

Der langfristige Leistungsaufbau hat das Ziel, junge Fußballer systematisch vom Anfänger zum Spitzenspieler auszubilden.



Ziel der aufeinander aufbauenden Ausbildungsstufen ist es, dem momentanen Entwicklungsstand der Spieler entsprechend die optimalen Trainingsreize und -formen anzubieten, damit sich jeder Spieler individuell entwickeln kann.

Entsprechend gestalten sich auch die Schwerpunkte in den einzelnen Ausbildungsstufen. Allen Ausbildungsstufen jedoch ist gemeinsam, dass ein großer Wert auf **Beidfüßigkeit, Handlungsschnelligkeit, koordinativen Fähigkeiten und 1 vs. 1 Verhalten in der Offensive** gelegt wird. Zudem werden die Spieler auch in der Persönlichkeit trainiert. Werte wie Respekt, Pünktlichkeit und Ordentlichkeit sind fester Bestandteil des Ausbildungskonzeptes.

### 13.3 Die Grundausbildung (U7 – U9 Junioren) 5er + 7er Fußball

Oberstes Ziel ist es, die Kinder an das Fußballspielen spielerisch heranzuführen, Freude an vielseitiger fußballerischer und allgemeiner sportlicher Betätigung zu entwickeln und damit auch eine Alternative für eine sinnvolle Freizeitgestaltung anzubieten.

**Inhalte für U7 Junioren sind:**

- § Ganzheitliche Förderung der Kinder durch vielseitige Bewegungsaufgaben
- § Spielerisches kennenlernen des fliegenden, rollenden,...Balles
- § Kennenlernen einfacher Grundregeln des „Mit- und Gegeneinanderspielens „
- § Freude am Fußballspiel

**Inhalte für U9 Junioren sind:**

- § Freude am Fußballspiel
- § Fußballspielen lernen durch kleine Fußballspiele (Straßenfuß.)
- § Spielerisches Lernen der Grundtechniken
- § Vermittlung einfacher taktischer Tipps die beim „Tore schießen“ „Tore verhindern“ helfen
- § Motivation zur Bewegung durch vielseitige sportliche Aktivität

**13.4 Das Grundlagentraining (U11 – U12 Junioren) 9er Fußball**

Oberstes Ziel ist die vielseitige fußballspezifische Ausprägung der technischen Fertigkeiten, des technisch-taktischen Verhaltens, der koordinativen und konditionellen Fähigkeiten, um die hauptsächlichen Anforderungen des Spiels für Angriff und Abwehr bewältigen zu können.

**Inhalte für U11 – U12 Junioren sind:**

- § Fußballspielen lernen wie im Straßenfußball in kleinen Teams und Feldern
- § Geschicklichkeit und Schnelligkeit am und mit Ball
- § Spielerisches Kennenlernen auch schwierigerer Techniken „Beidfüßig“
- § Taktische Grundregeln für eine Raumorientierung und Aufteilung
- § Fördern und Fordern von Individualität „Siegen und Verlieren“ lernen
- § Interesse am Mannschaftssport

**13.5 Das Aufbautraining (U13 – U16 Junioren) 11er Fußball**

In dieser Ausbildungsstufe werden die Spieler auf die neuen Anforderungen sowohl im technisch-taktischen Bereich als auch im konditionellen Bereich vorbereitet.

**Inhalte für U13 Junioren sind:**

- § Spielfreude und Kreativität
- § Systematisches Training der Basistechniken – Anwenden in verschiedenen Situationen
- § Schulung individualtaktischer Abläufe in Offensive und Defensive
- § Erlernen gruppentaktischer Grundlagen für das Spiel im Raum
- § Schulung der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten
- § Fördern von Eigeninitiative, Leistungsmotivation und Willensstärke

**Inhalte für U15 – U16 Junioren sind:**

- § Stabilisieren der Freude am Fußballspiel
- § „Dynamische Techniken“ mit Tempo und unter Druck des Gegners
- § Vertiefen der Gruppentaktik in der Offensive und Defensive
- § Ausgleich koordinativer Defizite und Aufbau einer breiten fußballspezifischen Fitness
- § Fördern persönlicher Verantwortung für sich und die Gruppe auf und neben dem Platz

**13.6 Das Leistungstraining (U17 Junioren) 11er Fußball**

Im Leistungstraining werden die Spieler fast ausschließlich mit komplexen Übungs/Spielformen an die Anforderungen der Aktiven Mannschaft herangeführt.

**Inhalte für U17 Junioren sind:**

- § Ernsthaftigkeit, Leistungswille und Freude am Fußballspielen
- § „Dynamische Techniken“ exakte Abläufe mit Tempo sowie unter Zeit/Gegnerdruck
- § Individuelle Vorbereitung auf spezielle Anforderungen verschiedener Positionen
- § Perfektionierung gruppentaktischer Abläufe und Stabilisierung der Mannschaftstaktiken
- § Individuelle Stabilisierung einer umfassenden Fitness

Die Voraussetzung für eine erfolgreiche Umsetzung der vorgegebenen Ideen und Werte ist eine Identifikation der Trainer mit dem Konzept des Vereins.

## 14. Allgemeine Erläuterung zum Training

Der Trainingsaufbau erfolgt in der Regel ab den U11 Junioren in der Bausteinmethode (GAG-Methode). U7 und U9 Junioren werden nach der STS Methode trainiert. Das Training wird immer mit einem Fußballspiel (geführt oder frei) abgeschlossen. Viele Ballkontakte sind Ziel jeder Einheit.

Die Kinder und Jugendlichen sollen immer Spaß am Spiel haben und auch nach einem verlorenen Spiel, schwierigen Übungen/Spielformen müssen wir bemüht sein, die positiven Seiten in den Mittelpunkt zu stellen.

Die Ausdauer in den unteren Jahrgangsbereichen (bis U12) muss nicht speziell trainiert werden. Kinder in diesem Altersbereich werden im Regelfall so lange laufen, bis sie umfallen. Der Erschöpfungszustand kommt hier sofort. Deshalb sind im Training und beim Spiel Pausen für die Spieler einzulegen. Dies kann richtigerweise mit einem Getränk verbunden werden. Den Kindern genügt im Regelfall eine relativ kurze Erholungsphase. Im Mittelpunkt des Trainings stehen natürlich auch soziale Verhaltensweisen, wie gehe ich mit mir, mit meinem Mitspieler und dem Trainer um. Diese sind sowohl beim Fußballspiel als auch im Training gefordert.

Auf die entsprechende Kleidung ist ebenfalls zu achten. Schienbeinschoner sind zu tragen, damit die Kinder schon frühzeitig an diese Schutzeinrichtung gewöhnt werden.

Die Trainer sind angehalten das Training bzw. ihre Arbeit transparent zu gestalten. Die Arbeit, bzw. das Trainingsprogramm sollte in wesentlichen Teilen den Eltern bei Elternabenden mitgeteilt werden.

Hier können schon Unstimmigkeiten im Keim erstickt werden.

Das Training muss regelmäßig angeboten werden, soweit dies möglich ist. Den Kindern ist rechtzeitig zu vermitteln, dass am Training stets teilzunehmen ist.

**Prinzip:** Nur bei regelmäßigem Trainingsbesuch wird ein Spieler aufgestellt, egal ob er Leistungsstark ist oder nicht!

Die Verantwortlichen Trainer/Betreuer/Eltern sind angehalten, sich kindgerecht im Training, Fußballplatz oder bei den Veranstaltungen zu verhalten. Hier ist auch auf die Außenwirkung zu achten.

## 14.1 „STS – Methode“ (U7 – U9 Junioren)

**Einstieg – „Spielen“ – „Trainieren“ – „Spielen“ – Ausklang**

**Ziele:**

- § Spiel
- § Spaß
- § Technik
- § Koordination
- § In kleinen Gruppen trainieren
- § Nach Niveau einteilen

## 14.2 „Baustein – Methode“ (GAG – Methode), (Ab U11 Junioren)

**Baustein 1: (Aufwärmen)**

- § Koordination
- § Gymnastik (Mobilisation, Stabilisation, Kräftigung)
- § Spiele (Fangspiele,...)
- § „Dynamisches Dehnen“
- § Einstimmen auf Hauptteil (Passkombinationen,...)
- § Technikübungen

**Baustein 2: (Hauptteil)**

- § Technisch-koordinative Aufgaben
- § Schwerpunkte
- § Technisch-taktische Spielformen/Übungen
- § Schnelligkeitstraining,...

**Baustein 3: (Abschluss)**

- § Technisch-taktische Spielformen
- § 1vs.1 bis 5vs.5
- § Geführtes, freies Spiel (Schwerpunkt)
- § „Cool down“

**GAG – Methode:** abwechselnd Übungsform – Spielform zum selben Schwerpunkt („heranführen an den Schwerpunkt“, „beseitigen von Fehlern“)

## 14.3 Acht Regeln für eine effektive Trainingsgestaltung

### 1. Logischer Trainingsaufbau

Die Übung soll so angelegt sein, dass sie funktionieren kann. Der Trainer muss wissen wie die Übung funktioniert und dass sie funktioniert. Gleiche Organisationsformen wählen, zwischen den Übungen/Spielformen kein großer Umbau nötig, dadurch entsteht mehr Trainingszeit.

### 2. Systematisch trainieren

„Vom Leichten zum Schweren“. Kinder können keine komplexen Bewegungsabläufe durchführen, wenn die Basisabläufe nicht bekannt sind. Roter Faden durch die gesamte Trainingseinheit!

### 3. Viele variable Wiederholungen garantieren

Viele variable Wiederholungen ermöglichen uns das Gelernte auch zu behalten. Wiederholen heißt aber nicht stupide Woche für Woche ein Drilltraining anzubieten. Gleiche Übungsinhalte etwas anders verpackt garantieren viele Wiederholungen mit viel Spaß ohne das es langweilig wird.

### 4. Im Detail korrigieren

Die Kinder müssen dazu angehalten werden die Übungen genauso auszuführen, wie es sie der Trainer vorgibt (vorausgesetzt die Übung ist logisch). Wenn der Ball mit Links gespielt werden soll, muss er mit Links gespielt werden, nicht mit Rechts. Wenn der Ball mit der Innenseite gespielt werden soll, muss er mit der Innenseite gespielt werden und nicht mit der Außenseite. Immer nur auf eine technische, taktische Handlung konzentrieren (off. oder def.,..) und korrigieren.

### 5. Konzentriert trainieren

Nur wer bei der Sache ist kann etwas lernen. Wer Quatsch macht und Unaufmerksam ist lernt nichts. Wenn die Konzentrationsphase nachlässt, muss der Trainer zu einer einfacheren Übung übergehen. Auf das Alter der Kinder achten.

U7 Spieler können sich nur sehr kurze Zeit hoch konzentrieren. U11 und U13 Spieler die im „goldenen Lernalter“ sind, saugen Informationen förmlich auf und haben längere Konzentrationsphasen. Dennoch: kein Jugendspieler kann sich über 90 Trainingsminuten voll konzentrieren. **Aber:** Bei aller Konzentration den Spaß nicht vergessen. Auch lachen ist erlaubt.

## 6. Mit Geduld trainieren

Wenn mal etwas nicht gleich klappt, nicht sofort laut werden oder die Nerven verlieren. Vielleicht war die Übung zu schwer, dann muss etwas Leichteres vorgeschaltet werden. Vielleicht wurde die Übung nicht genügend wiederholt, dann muss weiter geübt werden. Auf alle Fälle gilt im Kinder- und im Jugendtraining besonders: „In der Ruhe (Geduld) liegt die Kraft“.

## 7. Variantenreich trainieren

Zwar sind Wiederholungen wichtig, diese müssen aber immer wieder etwas anders verpackt werden, damit sie den Kindern nicht langweilig werden. Kleine Veränderungen lassen die gleiche Übung in einem ganz anderen Licht erscheinen.

## 8. Trainieren was das Spiel fordert

Isolierte Grundlagenübungen, wie Dribbling, Passspiel und Torschuss, sind im Kinder- und Jugendtraining immens wichtig, da die jungen Spieler i. d. R. ohne Vorkenntnisse das Fußballspielen erlernen wollen. Wenn die ersten Grundlagen sitzen (das kann schon bei den U7 Junioren beginnen) können schon spielnahe Situationen in die Übungs/Spielformen eingebaut werden.

**Was fordert das Spiel? -> Das Spielen!** Also sollte in den Trainings viel („Fußball“) gespielt werden!

## 15. Detaillierte Entwicklungsziele U7 – U17

### 15.1 Altersgruppe U7 Junioren (Grundausbildung)

#### 15.1.1 Spiel- und Trainingsbetrieb

Gespielt wird 5er Fußball auf Kleinfeld in Turnierform (ÖFB Vorschriften). Vorrangig wird auf 3. Linien gespielt (1-2-2). Alle Spieler spielen auf verschiedenen Positionen.  
Trainingshäufigkeit: 2-mal wöchentlich 75min

#### 15.1.2 Ziele im Training

**Sportliche Schwerpunkte:**

TE Elemente	TA Elemente	KOO Elemente	KO Elemente
Ballgefühl	1 vs. 1 Off.	Ballkoordination	Schnelligkeit
Dribbling		Orientierungsf.	
Torschuss		Reaktionsfähigk.	
		Differenzierungsf.	
		Gleichgewichtsf.	

## 15.2 Altersgruppe U9 Junioren (Grundausbildung)

### 15.2.1 Spiel- und Trainingsbetrieb

Gespielt wird 7er Fußball auf Kleinfeld in Turnierform (ÖFB Vorschriften). Vorrangig wird auf 3. Linien gespielt (1-3-3). Alle Spieler spielen auf verschiedenen Positionen.  
Trainingshäufigkeit: 2-mal wöchentlich 90min

### 15.2.2 Ziele im Training

**Sportliche Schwerpunkte:**

TE Elemente	TA Elemente	KOO Elemente	KO Elemente
Ballgefühl	1 vs. 1 Off.	Ballkoordination	Schnelligkeit
Dribbling	2 vs. 1 Off.	Orientierungsf.	
Tricks	ÜZ/UZ Gruppe	Reaktionsfähigk.	
Zuspiel		Differenzierungsf.	
Ballkontrolle		Gleichgewichtsf.	
Torschuss		Laufkoordination	
Kopfballspiel			

## 15.3 Altersgruppe U11 – U12 Junioren (Grundlagentraining)

### 15.3.1 Spiel- und Trainingsbetrieb

Gespielt wird 9er Fußball auf Kleinfeld in Meisterschaftsform (ÖFB Vorschriften). Vorrangig wird auf 4. Linien gespielt (1-3-3-2). Alle Spieler spielen auf verschiedenen Positionen.  
Trainingshäufigkeit: 3-mal wöchentlich 90min

### 15.3.2 Ziele im Training

**Sportliche Schwerpunkte:**

TE Elemente	TA Elemente	KOO Elemente	KO Elemente
Ballgefühl	1 vs. 1 Off.	Ballkoordination	Schnelligkeit
Dribbling	2 vs. 1 Off.	Orientierungsf.	Beweglichkeit
Tricks	1 vs. 1 Def.	Reaktionsfähigk.	
Zuspiel	zu zweit Vert.	Rhythmusfähigkeit	
Ballkontrolle	ÜZ/UZ Gruppe	Gleichgewichtsf.	
Torschuss	Doppelpass	Laufkoordination	
Kopfballspiel	Lösen vom Gegner	Handlungsschnellig.	
	Spiel in die Tiefe		

## 15.4 Altersgruppe U13 Junioren (Aufbautraining)

### 15.4.1 Spiel- und Trainingsbetrieb

Gespielt wird 11er Fußball auf Großfeld in Meisterschaftsform (ÖFB Vorschriften).

Vorrangig wird auf 4. Linien gespielt (1-4-4-2).

Trainingshäufigkeit: 3-mal wöchentlich 90min

### 15.4.2 Ziele im Training

#### Sportliche Schwerpunkte:

TE Elemente	TA Elemente	KOO Elemente	KO Elemente
Ballgefühl	1 vs. 1 Off.	Ballkoordination	Schnelligkeit
Dribbling	1 vs. 1 Def.	Allg. Koordination	Beweglichkeit
Tricks	1 vs. 2 Def.	Laufkoordination	Allg. Kräftigung
Zuspiel	Zu zweit Vert.	Handlungsschnellig.	Allg. Ausdauer
Ballkontrolle	Zu viert Vert.	Rhythmusfähigkeit	
Torschuss	ÜZ/UZ Gruppe		
Kopfballspiel	4 vs. 4		
	Lösen vom Gegner		
	Hinterlaufen		
	Spiel in die Tiefe		
	Spiel über Dritten		
	Verschieben		
	Flügelspiel		

## 15.5 Altersgruppe U15 – U16 Junioren (Aufbautraining)

### 15.5.1 Spiel- und Trainingsbetrieb

Gespielt wird 11er Fußball auf Großfeld in Meisterschaftsform (ÖFB Vorschriften).

Vorrangig wird auf 4. Linien gespielt (1-4-4-2).

Beginn Positionstraining

Trainingshäufigkeit: 3-mal wöchentlich 90min

### 15.5.2 Ziele im Training

#### Sportliche Schwerpunkte:

TE Elemente	TA Elemente	KOO Elemente	KO Elemente
Dyn. Techniken	1 vs. 1 Off.	Ballkoordination	Schnelligkeit
Torschuss	Zu zweit Vert.	Allg. Koordination	Beweglichkeit
Kopfballspiel	Zu viert Vert.	Laufkoordination	Allg. Kräftigung
Dribbling	4 vs. 4	Handlungsschnellig.	Allg. Ausdauer
Zuspiel	ÜZ/UZ Gruppe	Rhythmusfähigkeit	
Ballkontrolle	Hinterlaufen		
	Kreuzen		
	Spiel in die Tiefe		

Spiel über Dritten
Verschieben
Pressing
Umschalten
Angriff – Abwehr
Flügelspiel
Standards
Konterspiel
Kont. Spielanlage

## 15.6 Altersgruppe U17 Junioren (Leistungstraining)

### 15.6.1 Spiel- und Trainingsbetrieb

Gespielt wird 11er Fußball auf Großfeld in Meisterschaftsform (ÖFB Vorschriften).

Vorrangig wird auf 4. Linien gespielt (1-4-4-2).

Positionstraining

Trainingshäufigkeit: 3-mal wöchentlich 90min (+ 1-mal 1b)

### 15.6.2 Ziele im Training

**Sportliche Schwerpunkte:**

TE Elemente	TA Elemente	KOO Elemente	KO Elemente
Dyn. Techniken	Zu viert Vert.	Ballkoordination	Schnelligkeit
Torschuss	4 vs. 4	Allg. Koordination	Beweglichkeit
Kopfballspiel	ÜZ/UZ Gruppe	Laufkoordination	Allg. Kräftigung
Dribbling	Hinterlaufen	Handlungsschnellig.	Allg. Ausdauer
Zuspiel	Kreuzen	Rhythmusfähigkeit	
Ballkontrolle	Spiel in die Tiefe		
	Spiel über Dritten		
	Pressing		
	Umschalten		
	Angriff – Abwehr		
	Flügelspiel		
	Standards		
	Konterspiel		
	Kont. Spielanlage		
	Spielverlagerung		

## 16. Tormann / Torspieler

### 16.1 Trainingskonzept

Bis zum Ende der U9 Junioren erfolgt kein spezielles Tormann – Grundlagentraining. Da im unteren Bereich jedes Kind auf jeder Position zum Einsatz kommen soll.

Das Tormann – Grundlagentraining beginnt ab den U11 Junioren vor allem im Alter 12 bis 16 Jahre erhalten die Spieler ein Aufbautraining.

Ziel der aufeinander aufbauenden Ausbildungsstufen ist es, dem momentanen Entwicklungsstand der Torspieler entsprechend die optimalen Trainingsreize und –formen im Training anzubieten, damit sich jeder Tormann individuell entwickeln kann.

Entsprechend gestalten sich auch die Schwerpunkte in den einzelnen Ausbildungsstufen. Allen Ausbildungsstufen jedoch ist gemeinsam, dass ein großer Wert auf

- § Schnelligkeits- und Schnellkraftanforderungen
- § spezifische Technikanforderungen
- § spezifische Taktikanforderungen
- § Konzentrationsfähigkeit
- § Handlungsschnelligkeit und koordinativen Fähigkeiten

gelegt wird. Zudem werden die Spieler auch in der Persönlichkeit trainiert. Werte wie Respekt, Pünktlichkeit und Ordentlichkeit sind fester Bestandteil des Ausbildungskonzeptes.

### 16.2 Anforderungsprofil des Tormanns

#### 16.2.1 Schnelligkeits- und Schnellkraftanforderungen

Der Tormann hat über die gesamte Spieldauer gesehen wenige dafür meist hochintensive Belastungssituationen zu bewältigen. Dazu gehören neben den kognitiven Schnelligkeitskomponenten (Wahrnehmungs-, Antizipations-, Reaktions-, Entscheidungsschnelligkeit etc.) Antritte und Sprints von bis zu 30 Metern, um Bälle in die Tiefe aufzunehmen, abzufangen oder Flankenbälle abzuwehren. Außerdem muss der Tormann sprungweite Bälle erhechten und Situationen 1 gegen 1 bestehen. Das Spiel stellt somit sehr hohe Schnelligkeits- und Schnellkraftanforderungen an den Tormann.

### 16.2.2 Spezifische Technikanforderungen

Der Tormann ist nicht mehr nur „Torwart“, sondern Torwart und Feldspieler.

Aufgrund der Regeln darf er den Ball innerhalb des eigenen Strafraums mit der Hand spielen. Er muss Bälle, die aus verschiedenen Entfernungen und Richtungen, mit unterschiedlicher Schärfe und Höhe, mit oder ohne Effet auf das Tor bzw. in den Strafraum kommen, meist unter Gegner- und Zeitdruck klären. Als wichtiger Mannschaftsteil ist der Tormann sowohl bei eigenem als auch gegnerischem Ballbesitz am Spiel beteiligt. Dazu muss er die Feldspielertechniken beherrschen.

### 16.2.3 Spezifische Taktikanforderungen

Der Tormann wehrt durch entsprechendes Stellungsspiel Schüsse und Flanken ab. Neben dieser „klassischen“ Aufgabe muss der Tormann als hinterster Feldspieler agieren und sich sowohl bei eigenem als auch bei gegnerischem Ballbesitz am Spiel seiner Mannschaft aktiv beteiligen.

### 16.2.4 Konzentrationsfähigkeit

Obwohl der Tormann relativ wenige Aktionen in einem Spiel hat, muss er während der gesamten Spieldauer konzentriert sein. Dabei wechseln ständig Phasen höchster Konzentration mit solchen geringer. Der Tormann muss dem Spielgeschehen folgen und sein Konzentrationsniveau den sich ändernden Spielsituationen anpassen können.

## 16.3 Leistungsmerkmale des Tormanns

Der Tormann muss auf einer breiten Basis trainieren und geschult werden, damit er ihnen gerecht werden kann. Hierbei werden folgende Leistungsmerkmale unterschieden:

- § Konstitution
- § Koordination
- § Technik
- § Kondition
- § Taktik

### 16.3.1 Konstitution

Die konstitutionellen Leistungsvoraussetzungen werden einerseits durch die körperbaulichen Merkmale und andererseits durch die körperliche Belastbarkeit und Belastungsverträglichkeit bedingt.

Zu den ersteren zählen Faktoren wie Körpergröße, Körpergewicht, Muskelfaserzusammensetzung und Beweglichkeitsvoraussetzungen. Unter dem Begriff der körperlichen Belastbarkeit wird die mechanische Beschaffenheit des Bewegungsapparates verstanden.

Für den Tormann können die konstitutionellen Leistungsvoraussetzungen von großem Einfluss sein - man denke hierbei nur an die Körpergröße - . Leistungswirksam werden sich jedoch nur, wenn auch die Leistungsvoraussetzungen im konditionellen und technisch – taktischen Bereich entsprechend ausgeprägt sind.

### 16.3.2 Koordination

Allgemein werden als „koordinative Fähigkeiten“ diejenigen Fähigkeiten bezeichnet, die für die Steuerung, Ausführungssicherheit und –ökonomie von Bewegungen in unterschiedlichsten Situationen verantwortlich sind und die Grundlage für eine gute Lernfähigkeit darstellen.

- § Reaktionsfähigkeit
- § Gleichgewichtsfähigkeit
- § Orientierungsfähigkeit

### 16.3.3 Technik

Unter Technik werden spieltypische Bewegungsfähigkeiten bezeichnet, die zweckmäßige Bewegungsabläufe sowie zielgerichtetes und regelgerechtes Spielverhalten ermöglichen.

Aufgrund seiner besonderen Stellung und seinen Aufgaben im Spiel muss der Tormann sowohl die Tormannspezifischen als auch feldspielerspezifischen Techniken beherrschen.

Bsp.: Hechten und Fangen, Abwehren, Ballannahme, Passen

### 16.3.4 Kondition

Unter diesem Begriff wird generell die Leistungsfähigkeit eines Spielers oder der gesamten Mannschaft verstanden. Dabei darf die Leistungsfähigkeit nicht nur als Produkt der körperlichen Eigenschaften wie Ausdauer, Schnelligkeit, Kraft und Beweglichkeit gesehen werden. Vielmehr können diese körperlichen Eigenschaften nur mit den entsprechenden psychischen Voraussetzungen (z. Bsp.: Motivation) realisiert werden.

### 16.3.5 Taktik

Der Tormann ist kein Einzelkämpfer, wie oft proklamiert wird. Wie alle anderen Spieler ist er in das Mannschaftskonzept einzubauen. Bei gegnerischem Ballbesitz hilft er seinen Mitspielern mit ständiger Spielbereitschaft den Ball zu gewinnen bzw. durch entsprechendes Stellungsspiel Schüsse und Flanken abzuwehren. Im Ballbesitz spielt

er immer mit und verhält sich im und außerhalb des Strafraums wie ein Feldspieler. Er eröffnet das Spiel von hinten heraus mit langen oder kurzen Pässen bzw. Abwürfen. Er bietet sich seinen Mitspielern an, im den Ball zu sichern, ihn ins Mittelfeld oder in die Spitze zu spielen bzw. das Spiel auf die andere Seite zu verlagern.

## 17. Quellenangabe

*Fußball von Morgen 4, Modernes Verteidigen (Ralf Peter 2003)*  
*Erfolgreiches Angreifen (Dirk Reimöler 2006)*  
*Optimales Taktiktraining im Kinder- Jugendfußball (Matthias Uhing 2006)*  
*Optimales Fußballtraining*  
*Perspektivplan ÖFB*  
*DFB Ausbildungskonzept*  
*Nachwuchskonzept TV Unterboihingen e.V.*